



25. Arnstädter Citylauf

Arnstadt / 25.04.2015

□□□□

Kletzin, Almut

□□: Ilmenau

□□: 422

□□: 10.00 km

Schwenninger 10-km-Lauf

□□□□:

Seniorinnen W45 (45-49 Jahre)

□□□: 1:01:59

□□: 9.68 km/h

□□□□: 6:12 min/km

□□□□□/□□□: 122 (of 127)

□□□□□/□: 19 (of 22)

□□□□□□: 43:14

□□□□□: 3(of 3)

□□□□□□□: 50:34

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	1.67	8:57	5:21	3	0:52	19	2:26	1.67	8:57	5:21	3	0:52	19	2:26
□□ 2	2.35	14:07	6:00	3	2:27	20	4:00	4.02	23:04	5:44	3	3:19	20	6:02
□□ 3	2.35	14:45	6:16	3	2:56	19	4:25	6.37	37:49	5:56	3	6:15	19	10:27
□□ 4	2.35	15:21	6:31	3	3:38	19	5:07	8.72	53:10	6:05	3	9:53	19	15:34
□□□ Ziel	1.28	8:49	6:53	3	1:32	21	3:11	10.00	1:01:59	6:11	3	11:25	19	18:45